



## Pendampingan Pelatihan Pembuatan Teh Celup Kunyit Hitam (*Curcuma Caesia*) sebagai Terapi Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus di RT 02, Dusun Blembem Kel. Plesungan Kabupaten Karanganyar Provinsi Jawa Tengah

Tri Wijayanti<sup>1\*</sup>, Argo Widiyanto<sup>2</sup>, Aljufri Mahmud<sup>3</sup>, Khofifah Maharani<sup>4</sup>, Yuritas Werdiningsih Hutami<sup>5</sup>, Jason Merari Peranginangin<sup>6</sup>, Dewi Ekowati<sup>7</sup>, Ika Purwidyaningrum<sup>8</sup>, Narimo<sup>9</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>Fakultas Farmasi, Universitas Setia Budi Surakarta, Indonesia 57127

<sup>9</sup>Fakultas Teknik, Universitas Setia Budi Surakarta, Indonesia, 57127

E-mail:\* [triwijayanti@setiabudi.ac.id](mailto:triwijayanti@setiabudi.ac.id)

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v6i4.2604>

### Info Artikel:

Diterima :  
2025-07-25

Diperbaiki :  
2025-10-05

Disetujui :  
2025-10-15

**Kata Kunci:** Kunyit Hitam, Diabetes Melitus, Teh Celup, Pengabdian Masyarakat, Pemberdayaan

**Abstrak:** Kegiatan pengabdian masyarakat bertema "Pendampingan Pelatihan Pembuatan Teh Celup Kunyit Hitam (*Curcuma caesia*) sebagai Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus" bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga RT 02, Dusun Blembem, Plesungan, Karanganyar, Jawa Tengah, dalam memanfaatkan kunyit hitam untuk menurunkan kadar glukosa darah. Dilaksanakan pada 30 Mei 2025 pukul 08.00–10.00 WIB di rumah ketua RT, kegiatan ini melibatkan 30 ibu-ibu PKK. Persiapan meliputi perizinan kepala desa, survei lokasi, dan sosialisasi. Metode demonstrasi dan contoh digunakan untuk penyuluhan manfaat kunyit hitam sebagai antidiabetik, antiinflamasi, dan antioksidan, serta praktik pembuatan teh celup. Peserta antusias mengikuti sesi, praktik, dan mencoba seduhan teh. Kegiatan berlangsung lancar, meningkatkan pemahaman tentang obat tradisional dan keterampilan membuat produk herbal sederhana, berpotensi sebagai solusi kesehatan dan produk lokal.

**Abstract:** The community service program themed "Training Assistance for Making Black Turmeric (*Curcuma caesia*) Tea Bags as a Preventive Measure for Diabetes Mellitus" aimed to enhance the knowledge and skills of residents in RT 02, Blembem Hamlet, Plesungan Village, Karanganyar Regency, Central Java,

**Keywords:** *Black Turmeric, Diabetes Mellitus, Herbal Tea, Community Service, Empowerment*

*in utilizing black turmeric to lower blood glucose levels. Conducted on May 30, 2025, from 08:00 to 10:00 WIB at the RT leader's house, the program involved 30 PKK members. Preparations included obtaining village head permission, site surveys, and community socialization. Using demonstration and example methods, the program featured education on black turmeric's antidiabetic, anti-inflammatory, and antioxidant benefits, alongside hands-on tea bag production. Participants were enthusiastic, engaging in sessions and tasting the tea. The program ran smoothly, improving understanding of traditional medicine and skills in creating simple herbal products, with potential as a health solution and local product.*

---

## **Pendahuluan**

Mayoritas masyarakat masih memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) seperti jahe, kunyit biasa, dan temulawak untuk kebutuhan kesehatan sehari-hari. Namun, pengetahuan mengenai kunyit hitam (*Curcuma caesia*) masih sangat terbatas. Hasil wawancara awal dengan 30 ibu-ibu PKK di RT 02 Dusun Blembem, Kelurahan Plesungan, Kabupaten Karanganyar, menunjukkan hanya 10% responden yang mengetahui keberadaan kunyit hitam, dan tidak ada yang memahami manfaatnya sebagai antidiabetik. Keterbatasan ini diperparah dengan ketersediaan kunyit hitam yang langka di pasaran lokal, meskipun 80% rumah tangga di wilayah tersebut memiliki pekarangan seluas 10–20 m<sup>2</sup> yang potensial untuk budidaya. Sementara itu, prevalensi diabetes melitus di Indonesia terus meningkat, dengan jumlah penderita mencapai 19,5 juta jiwa pada tahun 2021 (IDF, 2021). Kondisi ini menegaskan perlunya strategi preventif berbasis tanaman herbal untuk mendukung ketahanan kesehatan masyarakat.

Diabetes melitus merupakan penyakit degeneratif yang membutuhkan upaya pencegahan melalui pemanfaatan tanaman herbal. Kunyit hitam mengandung senyawa bioaktif seperti kurkuminoid, flavonoid, dan minyak atsiri yang terbukti memiliki sifat antidiabetik, antiinflamasi, serta antioksidan (Ghosh et al., 2011; Singh et al., 2013; Brahmachari, 2011). Berdasarkan hal tersebut, program pengabdian ini difokuskan pada pelatihan ibu-ibu PKK dalam budidaya dan pengolahan kunyit hitam menjadi produk teh celup herbal yang praktis, fungsional, serta bernilai ekonomis. Kelompok PKK dipilih karena peran strategis mereka dalam menjaga kesehatan keluarga sekaligus sebagai agen penyebaran pengetahuan di komunitas. Selain itu, ketersediaan lahan pekarangan rumah tangga mendukung keberlanjutan program budidaya ini.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran ibu-ibu PKK dalam membudidayakan kunyit hitam serta mengolahnya menjadi teh celup herbal sebagai upaya preventif terhadap diabetes melitus. Perubahan sosial yang diharapkan mencakup kemandirian masyarakat dalam memanfaatkan TOGA, pengurangan ketergantungan terhadap obat sintetik, serta pemberdayaan ekonomi melalui pengembangan produk herbal lokal. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan memberi dampak ganda, yaitu peningkatan ketahanan kesehatan keluarga sekaligus terciptanya peluang usaha rumahan berbasis komunitas.

Target luaran dari program ini meliputi dua aspek utama, yaitu tujuan dan sasaran pelatihan. Tujuan pelatihan dirancang untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat kunyit hitam (*Curcuma caesia*) sebagai tanaman herbal bernilai kesehatan, sekaligus mendorong masyarakat agar mampu melakukan budidaya kunyit hitam secara mandiri. Selain itu, peserta juga diberikan keterampilan dalam mengolah kunyit hitam menjadi produk teh celup herbal yang praktis dan bernilai ekonomis. Sebagai bagian dari evaluasi, kegiatan ini juga menekankan pada pengukuran tingkat pemahaman dan keterampilan peserta setelah mengikuti sosialisasi dan pelatihan. Adapun sasaran utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah ibu-ibu PKK yang tergabung di Griya Citra Sari RT 02/RW 01, Dusun Blembem, Kelurahan Plesungan, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah.

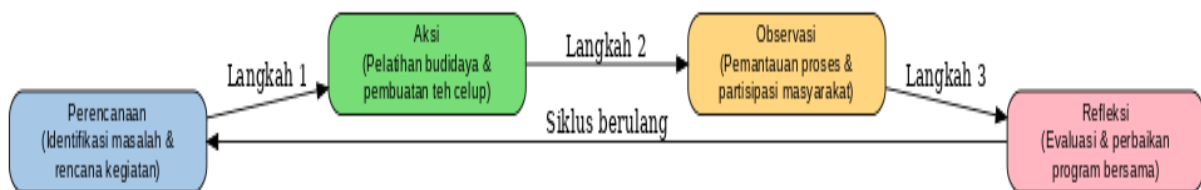
## **Metode**

Metode pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research (PAR)*, yaitu metode yang menekankan partisipasi aktif masyarakat dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan tujuan program yang tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga mendorong keterlibatan langsung ibu-ibu PKK dalam proses identifikasi masalah, praktik budidaya, hingga pengolahan kunyit hitam menjadi produk teh celup herbal. Menurut Kemmis dan McTaggart (2005), PAR dilaksanakan melalui siklus perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi yang terus berulang untuk menghasilkan perubahan nyata dan berkelanjutan. Dengan pendekatan ini, peserta tidak hanya menjadi objek pelatihan, tetapi juga subjek yang aktif berkontribusi dalam merancang solusi sesuai dengan potensi lokal yang dimiliki. Hal ini sejalan dengan pendapat Herdiansyah (2010) yang menyatakan bahwa PAR merupakan

metode yang efektif untuk kegiatan pemberdayaan karena menghasilkan proses pembelajaran timbal balik (*mutual learning*) antara fasilitator dan masyarakat.

Dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini, tim telah menyusun rencana metode secara sistematis untuk memastikan kegiatan berjalan efektif, efisien, dan tepat sasaran. Sebelum pelaksanaan utama, tim melakukan kunjungan awal ke RT 02 Dusun Blembem, Kelurahan Plesungan, Kabupaten Karanganyar, untuk melakukan observasi guna mengidentifikasi kondisi awal masyarakat, meliputi tingkat pengetahuan tentang kunyit hitam, ketersediaan lahan pekarangan, dan minat terhadap produk herbal seperti teh celup. Tujuan observasi awal ini adalah membangun komunikasi timbal balik dengan masyarakat untuk menentukan metode pelaksanaan yang paling sesuai.

Metode yang dipilih adalah “Penyampaian Materi dan Demonstrasi” yang melibatkan penyampaian materi edukatif, pelatihan budidaya kunyit hitam, praktik pembuatan teh celup herbal, dan sesi diskusi interaktif. Metode ini efektif karena memungkinkan penguraian langkah-langkah melalui demonstrasi langsung dan contoh nyata, didukung alat bantu belajar seperti gambar, teks materi, dan praktik langsung, sehingga memudahkan peserta memahami dan mengaplikasikan teknik budidaya serta pengolahan kunyit hitam



Gambar 1. Alur kegiatan PKM

## Hasil dan Pembahasan

Perizinan kepada kepala desa dan persiapan kegiatan dengan melakukan survey tempat serta sosialisasi akan diadakannya kegiatan kepada masyarakat setempat saat kegiatan warga berkumpul di saat malam minggu. Persiapan konsep kegiatan atau bahan dan peralatan yang dibutuhkan saat pelaksanaan kegiatan dengan menyiapkan kepanitiaan, serta keperluan untuk kegiatan seperti peralatan untuk penyampaian materi, demonstrasi, dan lain lain.

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dengan tema “Pendampingan Pelatihan Pembuatan The Celup Kunyit Hitam (*Curcuma caesia*) Sebagai Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus di RT 02, Dusun Blembem Kel. Plesungan Kabupaten Karanganyar Provinsi Jawa Tengah”.dilakukan selama 1 bulan dengan melakukan

kegiatan di rumah bapak ketua rt 02 Dusun Blembem Kel. Plesungan Kabupaten Karanganyar Provinsi Jawa Tengah.

Pelaksanaan kegiatan, dengan diadakannya kegiatan penyuluhan yaitu pemaparan materi mengenai pemaparan materi tentang manfaat kunyit hitam untuk antidiabets, sediaan herbal, dan tanaman mampu menurunkan kadar glukosa darah (Azmi et al., n.d.), serta demonstrasi pembuatan serbuk kunyit hitam. Kegiatan program ini pada tanggal 30 Mei 2025 di Dusun blembem pada pukul 08.00 - 10.00. Kegiatan dilaksanakan sesuai dengan susunan kegiatan yang sudah direncanakan menggunakan metode penyampaian materi dan demonstrasi. Sebelum dilakukan pemaparan materi sambutan dari ketua PKM kelompok 2 terlebih dahulu, kemudian dilakukan pemaparan materi mengenai sediaan herbal untuk menurunkan kadar glukosa darah dan demonstrasi pembuatan serbuk herbal dari kunyit hitam dengan mempraktekkan langsung disertai penjelasan hingga sediaan serbuk herbal dapat dikonsumsi, peserta atau Masyarakat sangat antusias dengan adanya kegiatan ini. Terdapat beberapa orang peserta ikut bertanya saat demonstrasi berlangsung yaitu Ketika mengaduk sediaan herbal kunyit hitam.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Plesungan, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar ini merupakan upaya penurunan kadar glukosa darah untuk penyakit diabetes dengan membuat sediaan herbal serbuk yang dapat menjadi produk atau dikonsumsi langsung oleh masyarakat yang hadir telah dilaksanakan dengan lancar dan baik, masyarakat pun antusias. Kunyit hitam diketahui dapat dimanfaatkan sebagai antiinflamasi, penyembuhan luka, hipoglikemia, antikoagulan, dan antimikroba. Flavonoid dan fenolik memiliki efek sebagai antioksidan, dengan efek menangkalkan radikal bebas, anti inflamasi, dan anti karsinogenik. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa ekstrak etanol dari rimpang kunyit hitam memiliki aktivitas antioksidan yang signifikan serta kemampuan untuk menghambat enzim yang berperan dalam metabolisme glukosa (Nur Rahmah HM, n.d.).

Pada pelaksanaan kegiatan dilakukan penyampaian materi agar peserta mengetahui pentingnya menjaga sistem imun dan Kesehatan tubuh, jenis obat tradisional, dan tumbuhan yang dapat digunakan sebagai pencegahan penyakit degeneratif seperti diabetes. Kemudian dilakukan dengan demonstrasi pembuatan serbuk kunyit hitam. Masyarakat sangat antusias karena baru mengetahui bahwa kunyit hitam dapat dibuat sediaan dalam bentuk serbuk. Saat proses pembuatan dijelaskan terlebih dahulu untuk awal pembuatan karena pencucian kunyit sampai

menjadi serbuk dengan dibungkus menjadi sebuah pouch .merupakan hal yang biasa dilakukan, selain itu untuk mengefektifkan waktu sari kunyit hitam didiamkan selama 10-15 menit hingga berwarna kehitaman. Sehingga pada saat demonstrasi dilakukan dari memasak air sampai sediaan dapat dikonsumsi langsung.

Kunyit hitam yang sudah dibungkus pouch direndam dengan air panas seperti menyeduh teh pada umumnya. peserta diperbolehkan untuk mencoba langsung hasil seduhan dari kunyit hitam seperti gambar berikut :



*Gambar 2.* Proses penyeduhan teh celup kunyit hitam



*Gambar 3.* Peserta mencoba konsumsi teh celup kunyit hitam

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dengan sangat baik sehingga peserta antusias memperagakan pembuatan bubuk kunyit hitam. Cara pembuatan sederhana yang ditampilkan di sini sangat gampang untuk dilakukan sendiri di rumah karena alat dan bahannya merupakan sesuatu yang umum ditemui di rumah.

## **Kesimpulan**

Kesimpulan yang diambil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan pembuatan serbuk herbal kunyit hitam bisa memberikan wawasan baru kepada peserta mengenai pentingnya menjaga daya tahan tubuh, mengetahui jenis obat tradisional, berbagai tanaman berfungsi sebagai regulasi sistem kekebalan tubuh, dan dapat menurunkan kadar gula didalam tubuh dan pemahaman tentang cara membuat serbuk herbal dari kunyit hitam

memungkinkan praktik di lingkungan rumah. Demonstrasi cara pembuatan jamu bubuk juga bisa menambah keterampilan masyarakat agar dapat mengaplikasikannya untuk meningkatkan kehidupan sehari-hari dan keuangan rumah tangga.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua RT 02 serta ibu-ibu PKK Dusun Blembem yang telah memberikan dukungan penuh, partisipasi aktif, dan antusiasme selama pelaksanaan kegiatan.

## Referensi

- Azmi, A., Sulistiarini, R., & Mahmudah, F. (N.D.). Artikel Penelitian Pengaruh Pemberian Ekstrak Air Kunyit Hitam (*Curcuma Caesia* Roxb.) Dengan Metode Green Solvent Terhadap Kadar Glukosa Darah Mencit (*Mus Musculus*). *Journal Pharmasci (Journal Of Pharmacy And Science) Special Issue*.
- Nur Rahmah HM. (N.D.). OPTIMASI METODE EKSTRAKSI KUNYIT HITAM (*CURCUMA CAESIA*) TERHADAP AKTIVITAS ANTIOKSIDAN. Retrieved June 22, 2025, From <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/44562/27952>
- Alim, M. A., Chowdhury, M. A., & Rahman, M. S. (2024). Antidiabetic activity test of black turmeric extract (*Curcuma caesia* Roxb.) in alloxan-induced diabetic rats. *Community Practitioner Journal*, 7(1), 23–30. <https://zenodo.org/record/10807258>
- Bhowmik, D., Kumar, K. P. S., Yadav, A., Tripathi, A. K., & Srivastava, S. (2012). Herbal remedies for diabetes mellitus: A review. *Asian Journal of Clinical Nutrition*, 4(1), 1–8.
- Ghosh, S., & Banerjee, S. (2011). Naturally occurring anthraquinones and their therapeutic roles in diabetic nephropathy and other diseases. *Current Medicinal Chemistry*, 18(14), 2167–2183. <https://doi.org/10.2174/092986711795843235>
- Ibrahim, N. A., Zakaria, M. Y., & Latif, M. A. (2023). A comprehensive review with future prospects on *Curcuma caesia* Roxb.: Pharmacology, phytochemistry, and toxicity. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 157, 114006. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9873438/>

- Jaiswal, D., Rai, P. K., Mehta, S., Chatterji, S., Shukla, S., & Watal, G. (2009). Role of *Withania somnifera* root in alloxan-induced diabetic rats. *Indian Journal of Clinical Biochemistry*, 24(1), 63–67.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Tradisional.
- Nurrahmah, H. M., & Sari, L. M. (2021). Aktivitas antioksidan dan hipoglikemik ekstrak etanol kunyit hitam (*Curcuma caesia*). *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 13(2), 85–91.
- Paudel, N., & Sharma, P. (2025). Phytochemical and biological evaluation of *Curcuma caesia* leaf and rhizome **extracts**. *Journal of Nepal Chemical Society*, 43(1), 14–23. <https://www.nepjol.info/index.php/JNCS/article/view/74492/57109>
- Pandey, D., & Gupta, A. K. (2014). **Investigation** of the utility of *Curcuma caesia* in the treatment of diabetic neuropathy. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 6(1), 35–38.
- Pushparani, H., & Mazumder, P. M. (2016). Hepato-nephroprotective potential of methanolic extract of *Curcuma caesia* rhizome. *Toxicology Reports*, 3, 360–365.
- Reenu, J., Kannan, M., & Balaji, R. (2015). In vitro antioxidant potential in sequential extracts of *Curcuma caesia* Roxb. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 7(5), 369–373.
- Rizal, M. R., Basid, A., Khasairi, M., Fahmi, M. N., Hasanah, S. M., & Khoirunnisa, T. (2023). Aplikasi Qurraci Based On Augmented Reality Sebagai Sarana Meningkatkan Literasi Qur'anic Natural Science Siswa SMP Kota Surabaya. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(2), 175–184. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v4i2.1325>
- Singh, S., & Nair, V. (2013). A review on the pharmacological and phytochemical properties of *Curcuma caesia* Roxb (Black Turmeric). *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 4(1), 18–22. <http://ijpsr.com/bft-article/a-review-on-curcuma-caesia-roxb-black-turmeric>
- Wahyuni, N. S., Pratiwi, N. W. I., & Astuti, D. M. (2020). Pemanfaatan TOGA dalam meningkatkan ketahanan keluarga berbasis herbal. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(2), 114–120. <https://doi.org/10.22219/jpm.v5i2.13366>
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. S. (2005). Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Yogyakarta: Media Abadi.